



9. Unter-Tage Sparkassen Marathon

Brügman- Schacht, Sondershausen / 04.12.2010

evaluación detallada

DE KRUIJFF, Johannes

Asociación: LBN Duisburg
Dorsal: 45

recorrido: 42.16 km
Marathon

categoría:
Männer M55

tiempo total: 4:35:42

velocidad: 9.14 km/h
rendimiento en carrera: 6:32 min/km

posición en el recorrido/Total: 127 (de 289)
posición en el recorrido/Men: 123 (de 261)
mejor tiempo del recorrido: 3:20:36

posición en la categoría: 8(de 21)
mejor tiempo en la categoría: 4:02:33

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total posición min/km	retraso			
				categoría	Men	Men				categoría	Men	Men	
vuelta 1	5.27	34:59	6:38	12	8:56	204	5.27	34:59	6:38	15	3:36	133	
vuelta 2	5.27	34:36	6:33	12	7:22	198	10.54	1:09:35	6:36	10	15:55	107	
vuelta 3	5.27	33:33	6:21	11	5:05	169	15.81	1:43:08	6:31	15	7:40	128	
vuelta 4	5.27	33:36	6:22	9	4:23	147	21.08	2:16:44	6:29	13	7:04	106	5:04
vuelta 5	5.27	34:06	6:28	8	4:16	126	26.35	2:50:50	6:28	13	3:50	121	48:01
vuelta 6	5.27	34:03	6:27	6	2:11	87	31.62	3:24:53	6:28	13		107	56:07
vuelta 7	5.27	35:07	6:39	4	1:08	76	36.89	4:00:00	6:30	19	24:25	231	1:05:07
última vuelta Zie	5.27	35:42	6:46	3	0:59	79	42.16	4:35:42	6:32	8	33:09	133	4:08:55